婦人衛生雜誌

大正十年八月二十日發行

第三百六十號

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

婦人衛生雜誌

第三百六十號目次

○養生證據並歌　八隅景山遺著

叢談

○女性美と運動　高峯博
○肌膚の艶色　越智耶輪
○目やみ女　石原千賀

育兒

○婦人の海水浴と小兒の水泳　吉岡彌生
○小兒下痢の手當　竹内薫兵

家庭衛生

○清涼飲料　莊司秋次郎

雜録

○萬國勞働會議參列者
○入學試驗影響調査
○英國の出産減少
○佛國の多産奬勵
○萬國少女倶樂部大會
○高等看護婦學校生徒募集
○産婆補修機關
○慈善病院贊助婦人會
○獨逸兒童慰藉醵金募集

會報

○鍋島侯薨去
○七月例會
○新潟支會
○入會

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

謹告

八月及び九月は本會規則により
例年の通り例會を休み申候
暑中特に會員諸姉の健康を祈る

大正十年八月

私立大日本婦人衛生會

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや知識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんことを皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んことといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〱衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きは緊要の事にして皆吾等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を怒かざるものゝ如くまことに口惜しきことなり因て頃日同志婦人集ひ謀り一會を設けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演說談話を乞ひ互に相研究し尙之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を敍べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其贊成を仰ふぐことゝしかり

明治二十年十一月　　首唱者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要

（明治三十二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の知識を開發せしめ隨て社會全般の幸福を增進するにあり

●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方にも便宜支會を設く

●第三條　本會會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得

●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す。入會後轉居等、あるときは速に事務所に報知せらるべし

●第五條　會員を分ちて終身特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金貳拾五圓以上特別會員は一ケ月金五拾錢以上、通常會員は一ケ月金叅拾錢を納むる者とす

●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを認みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし

●第七條　會員は本會に於て發刊する雜誌を無料にて受ることを得

●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せす

●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす

●第十條　本會に左の役員を置く　會長一名、副會長一名、理事七名、評議員二十五名、書記若干名

●第十一條　會長副會長理事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は理事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし

●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し理事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る理事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす

●第十三條　臨時指名委員の件

●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ケ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す

●第十五條　會長副會長理事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す

●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす集會は八九月を除くの外毎月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし

●第十七條　毎會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑托し會員をして隨意聽講せしむるものとす

●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會會場に誘致し講義演說等を傍聽せしむることを得（但衣服は總て質素たるべき事）

●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず

●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと

●第二十一條　毎年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要會員の增減等を報告すべし

●第二十二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす

●第二十三條　會計の收支は總て會計擔任の理事の檢印を要するものとす

●第二十四條　會計は一ケ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會

●二十五條　地方に於て本會會員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得

●第二十六條　本會會員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會會員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす

●第二十七條　支會には支會限りの會員を置くことを得

●第二十八條　本會の雜誌は支會に回送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ

●第二十九條　支會は集會の都度其狀況を本會に報告すべし

●雜件

●第三十條　本會は隔月一回雜誌を發刊し之を會員に配附すべし

●第三十一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品等を本會に寄贈する者ある時は本會會長の名を以て謝狀を贈り寄贈者の姓名及品目を簿册に登錄し尙本會雜誌を以て報告すべし

●第三十二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證送費として別に返信料を添へらるべし（郵券送一割增）

●第三十三條　會費は東京府下に限り毎月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所所在の郵便局（本鄕區駒込千駄木町郵便取扱所宛）振出しあるべし

●第三十四條　會員中若し本會の障碍となるべき所爲ある者又は屢ゝ會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議員會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市本鄕區駒込千駄木町五十番地　私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌第三百六十號

（大正十年八月二十五日發行）

編者敬白　本號には都合に依て例會に於ける講演筆記を掲載することが出來ず、且つ前月發行すべき筈の本號を斯く遲らしましたことは何とも申譯なき次第で、偏に讀者諸姉の御宥恕を乞はなければなりませぬ。

扨て茲に講演欄に代へて掲げます養生證據並歌と申しますのは、天保頃の江戸の人で、八隅景山と云ふ老人のものしたる養生一言草と云ふものゝ中にあるので御座います。この人は醫師ではないやうですが、大人小兒の養生よりはじめ、小兒の育方並に年中飲食の能毒、四時の禁物或はマジナヒ又は病事、火急の手當、古人の名方と云ふやうなものを能く拔萃して居ります。素より今日から見れば醫學醫術の極めて幼稚な時代の事とて、誤つた考も、間違た心得も多々あり、隨分滑稽に類する事も尠くありませんけれども、經驗上或は何とはなしに合理的の衛生法を説いて居る所もありまして、昔の長壽者の手記は一種なづかしいものであります。それで養生一言草の中の養生證據並歌と養生手引歌、飲食、日用食物歌、年中養生等の歌の形になつて居るものを選擇して、これに短評を試み、以て博雅の一粲に供することゝ致した次第であります。

養生證據並歌

八隅景山遺著

炭の火を爐中に養へば、久しく持ちて消えず、是を風吹の所にあらはに置けば、忽ち消失す。又柚蜜柑の類をあらはに置けば、寒に痛みて年内も不持、深く養ひ貯へ置けば、來年の夏迄もたもつなり。又雪は消やすき物なり、是も日陰にあるものは二三日も持ち、深山幽谷に藏め蓄ふれば、夏月炎暑にもきえず、牽牛花のもろきも、日覆をして厭ふ時は、夕方迄も持つなり。又鈴蟲、松蟲、かうろぎ、きり〴〵すの類迄も、よく手當をなし置けば、二三年も生き、又暖國の蠅蚊の類にも、必ず越年するもあまたあるべし。

氷室

○養へば老もたもつと人よ知れ
　六月かけてきえぬこほりに

評曰　氷とかさじと貯ふると、老衰の豫防をなすとは全くその趣を異にすれども、老人は凡て生活機能衰へつゝあるものなれば、大凡その生理病理を心得て養生せば、無智の生活をなすより長命すべきや疑なし。特に身體精神ともに過勞を避け、寒暑を厭ひ、情事を戒むるの類は、氷を貯ふるの心懸とや云はまし。誠に老人は、身の消耗を補償すること難きものなれば、凡て過勞を避け、外部よりの侵害を防ぐこと肝要なり。しかは云へど老人とて氷室の氷の如く木屑に埋もれ、毛布に包まれ身動きもせざらんは宜しからず、必ず適度の運動をなすこと養生の爲めに極めて必要の事なり。運動もならぬ程ならんには、他働的に按摩すべきなり、身體を隈なく柔軟に運動せしむるは身を若く保つに最も緊要の手段たるなり。然れば元來手まめ足まめなる人を、年老いたればとて強ひて仕事を廢せしむるは心無き孝行と謂ふべきなり、只若人のすなる過劇なる勞働を戒むべきのみ、卽ち老人は身體の消耗を恢復すること難く、關節の運動滑かならず、筋肉剛く、特に血管硬く、骨脆ければ強力敏捷を要する運動は危險多ければ不可なり。又體温を多く失ふことは恐るべき事にて、感冒に罹らざるやう心を用ゐざるべからず、特に老人の肺炎は甚だ重篤の症なれば大に戒愼せざるべからず。尙ほ老人は、さなきだに腎臓の機能惡しくなりがちのものなれば、感冒は大に用心せざるべからず。其他消化し易き榮養分に富める飮食物を選ぶべきは道理なれども、漢方醫は支那人の習慣より老人には肉食を勸むる人多く、今日の醫學者は西洋の老人病に鑑みて却て肉食を節せよと說く人多きやうなり、元來四足を常食にせざる我邦人には寧ろ奇異の感あり、宜しく中庸を守るべきか。

牽牛子花

○朝顔の短き花の程さへも
　日覆をすればゆふべ迄あり

評曰　これは虚弱なる者も攝生看護によりて天壽を完うし得べしとの意を歌へるつもりならん。然れば前の氷室は老人の養生法にて、これは小兒の看護法とも見るべきか。即ち月足らで産れたる兒も今日の小兒科學の智識を應用して保護すれば、完全の成育を遂ぐる如きは、全くこの歌の好解釋なるべし。尚ほ生來虚弱なる小兒も、その看護宜しきを得ば强健の發育を遂げ得べきをいへるなるべし。それ人の子は他の動物とは異り、親の智識と慈愛とに待て始めて完全の生育を遂ぐるものにて、理性を缺ける本能の愛情のみにては完全の發達をなし難し。人の親として、殊に母たる身の己が子を育つる術も知らざらんは恥づべきことなりかし。昔の人は知らず、今の世の母親としては、妊娠分娩に關する大凡の生理的機轉より、育兒法の大體を心得ではあるべからず。今茲に詳しき事を說くに由なけれど、先づ子の生れて母體との繼ぎ斷たれなば、産湯つかはすと共にクレーデ氏の法とて赤子の眼に硝酸銀液の點眼をすなるべし。然れど是等は大方産婆の勤めなれば任せてもありなん。マクリとて下劑を與ふる漢方醫の遺法は理由なき業なり。又初乳を榨り棄るも宜しからず、この初乳こそ自然にマクリの效はあるなれ。次に小兒の月數に從ひ睡眠の時間、哺乳の量を心得、必ず定時に乳を與へ妄に與ふべからず。初生兒とて啼泣するは無意味にはあらで必ずその理由あるものなれば、その原因を察知すること肝要なり、意外の故障を發見することあるものなり。襁褓を清潔に保つべきこと勿論にて、哺乳正しからば襁褓の交換も略ぼ定時に行ひて足るものなり。寒時薄著せしむるは最も宜しからぬ事ながら、汗ばむ程の厚著せしめ、身の動きを妨ぐるも宜しからず。乳は母親の乳もて哺育すべきこと勿論なれど、母の病の爲に乳養し難き折もありぬべし。斯る時には乳媼を雇ひ或は牛乳を用ゐざるべからず。授乳を止むべきや否やはもとより、乳媼を雇はんにも、

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

牛乳を用ゐんにも、凡て小兒科醫の診察と相談とに俟つべきなり。特に母親の脚氣の際など忽諸になり難し。尙ほ心すべきは離乳の時期にこそ。こは早過ぐるよりは概ね遲れがちなること多く、齒の數生えたる二歲餘りの兒の猶ほ乳房を弄べるは誤れり。その兒の發育、健康狀態にもよれど、一年未滿にて離乳するが常なり、これも小兒科醫にはかることこそよけれ。其他種々の注意なか／＼茲に述べ盡すべくもあらず。

梨子

○手當よくかこへば寒き冬もへて
　翌年迄もやはりありのみ

評曰　前二首は生理的衞生法とすれば、これは病理的養生法とも云ふべきものならん。例へば心臟病、糖尿病、或は腎臟炎といふ如き慢性の病を得たらんにも、法に適へる養生法を守らば、一二年にて死すべきものも克く十年二十年も生き延ぶべきことをいへるなるべし。即ち心臟に障あるものは、概ね安靜にし、醫師の勸めに從ひて適度の運動をなし、これに依て職業等を選むべく、凡て生活の方法を規則正しうし、酒色を遠ざけ、暴飮暴食を戒め、便通を整へ、僂麻質斯、熱病等に侵されざるやう特に氣をつくる如きは、その養生法のあらましなるべし。糖尿病、腎臟炎の如きも醫師の診斷治療の方針に基づきて起居飮食を愼しみ、常に尿を檢査して病の如何を省み、これによりて守るべき生活法を實行せば、遂には全治し、然らざるも略ぼ天壽を保ち得べきが如し、凡そ其他の疾病とても、適當の養生法を守ると守らざるとによりて大なる差あるは爭ふべからざることなりかし

埋火

○すみの火も風をいとへば爐の中に
　久しくたもつことを知れかし

評曰　これも大方前の歌と同じ意にて縦令不治の疾に罹れりとも、然るべき治療を加へなば一年の生命も十年に延ぶべきことを云へるなるべし。例へば結核又は癌腫等の悪疾に侵されたらんにも、今の世の進歩したる醫術によらば、昔は年をも待たでみまかるべきものを、種々の内服藥、塗布藥等はもとより、症によりては外科的手術によりて全治の效を奏し、其他諸種の注射療法、光線療法、Ｘ光線、「ラヂウム」療法等應用せられ、全治せざるまでも大に輕快せしむの手段數多あり。特に結核病にありては外氣療法、日光療法等の自然的療法に加ふるに榮養療法を以てし、偉大なる效驗を現はして、到底治癒すべくも見えざるものゝ殆んど全く癒えたる例も尠なからず。斯く適當なる療法を盡すこと爐中の炭火を久しく保たしめむが爲めに風をいとふとは云ふなるべけれ。

＊　＊　＊　＊

飲食

食分量

食は其人體大小强弱によつて各分量の極りあり、或は二椀三椀食する者あり、又は四椀五椀食するもあれども、何も饑を凌爲也、故に十分の所を八分食すれば程能也、古今偶大食する人あり、或は若輩の戯に、賭の勝負などにて、大飲大食する人あり、或は羊羹を二十棹、又は鰻鱺を金壹兩分、或は壹斗餅を一度に食し、或は上酒壹斗飲、或は蕎麥を五升分食ふ抔、尋常に越たる大食して、身を失ふ人數をしらず、假初めにも大酒大食は、愼まずんば有べからず。

評曰　今日は幸にしてこれ程の馬鹿者は無し。

○好物も多く喰へば毒となり
　內ばにくへば藥ぞなる

○饑たらば三度の外に飯はくへ
　一度に多く喰ふべからず

○魚鳥の肉をば多く喰ふまじ
　酒の肴も淡薄ぞよき

評曰 いづれも尤なり。

麥飯

○麥めしは早く消化し氣を開き
　上戸は殊に下戸も喰べし

評曰 麥飯の比較的早く消化することは事實なり、經濟上又脚氣の時など然るべし。

蕎麥

○蕎麥切は元より冷の物なれば
　老少虚弱こゝろえてくへ

評曰 漢方醫學の理由なき迷信なり。

蕎かき

○蕎かきにすれば内をもあたゝめて
　仙氣腹痛溜飲によし

評曰 蕎麥切も蕎かきも敢て變なし、その形より云へば蕎麥切の方消化に適す、只蕎麥切は兎角咀嚼不十分にして過食するの嫌あり、然れども蕎かきが仙氣腹痛溜飲によしとは誤なるべく、仙氣は知らず、腹痛溜飲には禁忌なり。

溫飩

○うんどんは内を溫め汗すれど
　多く喰へば氣をふさぐなり

評曰 言ふ迄もなし。

索麪

○そうめんは溫かなるぞ藥なる
　夏の日などはひやしくふとも

評曰 溫飩も索麪も消化の上に格別の差なかるべし、冷溫も亦大なる意味なし、只夏時これを冷やす水に往々危險あることに注意すべく、冰にて冷却したるものを多食する如きは愼むべきことなり。

餅竝に團子

○餅類は消化の遲き物なれば
　老少ともに内ばにはせよ

評曰 餅そのものゝ成分は決して不消化にあらず、頗る消化し易き筈のものなれども、咀嚼を十分

にせざれば、唾液混じ難く、胃に到りても餅塊の周圍より漸次胃液に觸るゝのみにて一時に中心まで浸入し難く、從て消化の遅延を來し、且つ緻密なるが故に通常の米飯の如く或はそれよりも多く椀を換ふるに於ては意外に過食することゝなり消化障碍を起すこと屢なり、故に老少ともに内ばに食するを以て適當とすべし。

菓子類

○上菓子は内に持たれて歯に悪し
　　少したべれば藥とぞ成

評曰　上菓子の特に内に持たれて歯に悪しとは合點ゆかず、下等の菓子を善しとするか。思ふに上菓子とは天保の頃なれば粗製の黑砂糖などを用ゐたる餅菓子の類を云へるならんか、これならば内に持たれ歯を害すること必然なり。今日は「サッカリン」又は下等の砂糖を用ゐたる下菓子を忌むべきなり。凡て食事の後、特に糖類を食せる後には歯磨を用ゐて歯牙を清掃するを可とす。多く食すれば胃を害することは勿論なるが、小兒の間食には藥とならざる迄も多少砂糖の入りたる菓子必要ならんか。

清水、冷水

各無毒なり、夏日には葛粉水或は道明寺水の粉へは砂糖胡椒などを入て少々飲は食物を解し、暑氣もさくる也、酒後或は夏日の旅行などには、最も元氣を増せども、餘慶にのむべからず。

評曰　清水、冷水とは如何なる區別にや明かならざれども、只清潔なる水、冷涼の水の意なるべし。外觀の清潔なる水も安心なり難く、冷水とて無毒を保し難し、多數の傳染病は水を介して傳播することを知らざるべからず。砂糖、胡椒等多少の消毒力あるべきか又食慾を刺戟し從て消化を助くるの效あらむ。

○夏の日も涼しかりけり岩間より
　　もりくる清水結ぶ袂に

○みな月に岩もる清水結ばずば

旅人いかでやまをこゆべき

○力業なしたる上か杖は酒後
渇かば水もよき程にのめ

評曰　夏日は發汗多ければ清涼の飲料を要することと勿論にして、特に旅行中山を越ゆる如き場合には、その必要を感ずるや切なり。渇を忍びて行軍する如き際には多く日射病、暍病に罹る者を見る。然れども山に於ても里に於ても旅行中その性質不明の水を飲むは甚だ危險なり、宜しく一旦煮沸したる水を水筒に携ふるを可とす。

茶

○煎茶は眠を覺し氣を開き
内をすかして痰をさる也

○上茶こそ心をさましてうかさるれ
老少虚弱心得てのめ

評曰　茶の興奮劑としての作用は歌の如し、但し袪痰の效は如何あらむ。就寢前に濃厚の茶を用ゐれば興奮して眠を妨ぐること皆人の知る所なり、空腹時に用ゐれば嘔氣を催すことあり、「タンニン」を含むが爲に幾分胃消化を遲くし、便秘を來すの傾あり、然れども嗜好飲料として佳良のものと稱せざるべからず。況や我國の茶道の如き風雅のこれに依て興れるをや。

たばこ

煙草は和蘭に始て生じ、萬國に渡り、既に我邦へ傳へて二百年あまりなり、貴賤とも今世に行るゝことと茶酒よりもまさりて暫くも手と口とを離さず、もて興ずるなり、其效能第一鬱を散じ、諸病を癒し、其外奇效擧て數ふべからず。

日本煙草は諸國より名産出れども、上品は上州高崎の館、甲州の龍王、野州のおやまた、常州の赤土、奥州會津の坂下、馬越、保谷澤、大和のよし野、薩摩の國分等いづれも名品なり。

評曰　煙草は和蘭に始て生じ、萬國に渡りと云へるは誤りなり、但し西暦一千四百九十二年十一月コロンブスの亞米利加發見の當時、その一行キ

ユバ島遠征の際、土人の煙草を喫用せしを目撃したるを以て煙草の歐羅人に知られたる初とすと云へば、多少和蘭にも關係なしと云ふべからず、我國に傳はれるは文祿の頃らしければ、天保より二百年あまりと云へるは當れり。然し既に慶長頃には禁煙令出で、元和年間には煙草の栽培及び賣買を嚴禁せる處罰令も出たる程なれば、貴賤とも暫くも手と口とを離さず、諸病を癒し、奇效擧げて數ふべからずなど〻云ふに至れるは遙かに後世のことに屬す。

○たばこ〻そ憂を忘てつかれをも
　やしなふ德のありと知るべし

○旅山谷雨濕時候のあしき折
　たばこを吸へば邪氣はさくべし

○夜道にて時々たばこすふならば
　狼狐毒蟲もさく

○たばこをば好いて呑とも過すまじ
　痰も生じて逆上をする

評曰　此人餘程煙草を嗜好せる人と見ゆ、實際喫煙癖を獲得したる者にとりては、憂を忘れ、邪氣を掃ふが如き爽快を覺ゆるなるべし。然れど此の著者の云ふが如く諸病を癒すこと擧げて數ふべからずなど〻云ふ德なく、却て害多き毒物たること明かなり、蓋し當時にありては、その主成分たる「ニコチン」の毒性を知らざりしこと〻て已むを得ざる次第なり。今日に於ても煙草を嗜好する人に、その毒物たることを知りつ〻も一旦喫煙の習癖を得れば容易に廢し難きより、せめてもの效能を數へ擧ぐるものなり。例へば今日の喫烟家の口吻によらば、喫烟は口腔黴菌の發育を制し、齒牙の爲に佳良の影響を呈し、又朝時一喫すれば能く便通を促すの效あり、更に最近惡性流行性感冒猖獗の際の如きも、喫煙家は多くこれを免れたりなど〻言ふを常とす。是等は本篇の歌人の如く全然煙草を良藥視せるものにあらず、十分その毒性を承知の上にて、自ら廢め難き所より幾分なりとも辯護

を試むるものにして、その所言も亦全く空論にはあらず、大部分正當の見解たるを許さゞるべからざれども、而かも遂にその效の微少なるに比して害の甚大なるを奈何ともし難きなり。本歌人の夜道にて時々煙草を燻らせば狼狐毒蟲も避けると言へるなども、聊か滑稽に屬すれども全然虚言とも云ふべからず、煙草をふすべる時は暫時たりとも顏の邊の蚊位は除け得べし。

* * *

尙ほ日用食物歌と題する一篇は、飯、汁、粥、魚鳥、煮加減、酒、濁醪、甘酒、白酒、雜等の各題について歌めけるもの二三首づゝ掲げ、次に服藥、醫師、灸、小兒食事、目、齒、老人、暑寒、いぬるかた、納涼、衣類、武藝、居所、溫泉、高山、旅行等の題下に各數首を出して養生の注意を與へたれど、悉く抄出して示すべき名歌とも覺えねば、只この中より然るべき數首を摘錄するに止め、尙ほ年中養生と云へる一篇は全く省略に附することゝせり。

○わたり酒葡萄あらきに泡盛も　異國の製ぞ心得てのめ

○甘酒は老少などに殊によし　澤山飮ば氣をふさぐなり

○鼈や鰻鱺猪鹿の肉　くすり喰とて毒喰をすな

○精菜に食傷するは稀ぞかし　魚肉に中ることは度々

○酒宴にて種々の饗應有とても　とかく內ばに飮食をせよ

○本道や婦人小兒科それ〴〵の　もちは餅屋へ賴むこそよき

○新方の奇藥奇術に迷ふなよ　若まちがへば本ぷくはなし

○小兒には薄著麁服が藥也　厚著絹類毒としるべし

○小兒をば傅小女に油斷すな　あそばす先で給物をやる

○老人は縱令なるとも我慢食
　我慢力に我まん道すな
○老人はえて飲食にむせるなり
　物くふ前に素湯呑でくへ
○限ある齡ひを持ちて限りなき
　事を願ふはあやうかりけり
○禮服の外は麁服ぞ樂成る
　木綿つむぎがことさらによし
○旅先は猶腹懸をはなすまじ
　疲れて寢ればえて寢冷する
○居所は東南をうちひらき
　夏涼しきをむねとこそせよ
○山を背に南に水を見る土地ぞ
　人の住居に能所なる
○湯治場は遊山の人の多ければ
　夫にうかれて不養生すな
○山道は常の里數にかゝはらず
　暮れぬ中にぞ宿を定めよ
○旅先は水も氣候もかはるなり
　食事と足の用心をせよ
○兩便をこらへて馬に乘るな人
　落馬をすれば息絶ゆるなり
○旅先でたとへ急ぐとしらぬ川
　しらぬ近道つゝしみてすな
○伊勢參り大和廻りをするならば
　一人は醫者を道連にせよ

叢談

女性美と運動

醫學士　高峰博

一、女性美は人生の一大刺戟劑

女性美は人生に於ける、最も普遍的、永久的にし

て、且、最も重大なる刺戟劑であります。女性美がなくば、男は働きますまい、又女自身も生きて居りますまい。又、女性の精神美は其の肉體美のお陰で、益〻進化し、男の心もこれが爲に和げられるのであります。

さて女性の肉體美を繪にしたもの、又、彫刻にしたものは、最も人の好奇心を惹く所で、その點は男でも女でも同樣でありますが其の好奇心を惹き起す內實の意味に於いては、男と女とによりて、違ひがあるやうであります。男子が女性美を表はしたる美術品に對するときは、主として異性に對する一種の感慕に由るらしく、女子に於いては、主として如何なる姿勢や、如何なる肉附きが美しいかを觀る爲であります。かういふ風に、その意味は孰れにしろ、親しく又精しく肉體美を硏究的に觀察するやうになつたのは、殊に近來の風潮で、之を正しく導くならば大に有益なこと、否、人種改善の優生學的にも極めて必要なことゝ存じます。

二、謠曲羽衣と、ハイカラ美人の海水浴

尤も日本の昔でも、決して女性肉體美が、單なる「顏よきをとめ」のみではなくて、其の全體に就いても荒くれ男が如何に好奇心を惹かれたかといふ事は、古來の詩歌や傳說の中に、陰に陽に察せられることであります。

あの神祕的で優雅な謠曲、羽衣は、其の一篇中のどこにも、天女が裸體になつて、海水を浴びてゐたといふことを露骨に書いた文字は無く、又時候も三保の松原の春景色で、到底、近頃のハイカラ美人の海水浴といふやうな感じが起りさうにもありませぬ。即、

「われ三保の松原にあがり、浦のけしきを眺むる所に、虛空に花ふり音樂きこえ、靈香四方に薰ず。是、唯事と思はぬ所に、これなる松にうつくしき衣かゝれり。よりて見れば、色香妙にして、常の衣にあらず。いかさま取りて歸り、古き人にも見せ、家の寶となさばやと存じ候。」(漁夫、伯良の言)

と、言つて居る次に、何等の說明もなく、直ちに、
「なうその衣は此方のにて候。何しに召され候ぞ。」
「是は拾ひたる衣にて候ふ程に、取りて歸り候よ。」
「それは天人の羽衣とて、たやすく人間に與ふべき物にあらず。元の如くに置き給へ。」

かういふ調子でありますが、さて併し乍ら、此の松の枝に脫ぎかけた羽衣の持ち主は、この時、何をしてゐたのでせうか？若し羽衣一篇が羽衣神話に東遊の故事を搗き合せた一空想なりとしても、そこに現在の實相が、根づよく橫はつてゐるではありますまいか？かの伯良といふ漁夫は、果して天女の羽衣に執著したのでせうか、はた、其の肉體美に懸想したのでせうか！

三、往時の女風呂と男子

既に古代の傳說が是の如きのみならず、降つて德川幕府の末葉——否、明治十年代頃迄に於ける、錢湯場の實際は、最も文字通りに露骨な構造をしてゐたものであります。卽、たとひ元祿以後、禁令を以て男女の混浴を止めましたが、しかも男子用の浴場の上には二階がありまして、そこは、表面上、浴客が納凉し、又喫茶し、又碁、將棋を圍むといつた風の娛樂場に充てられてゐましたが、何ぞ知らん、その一ヶ所に竹簾張りの細い覗き窓がこしらへてありまして、そこから下を覗けば、明瞭に女子入浴中の光景を目擊し得るやうになつてゐたのであります。勿論、こんな設備はどの風呂屋でもといふわけではありませぬが、江戸のものには、殊に此の種のものが多くあつたといふ事であります。之を思へば、ヤレ、裸體畫を見るのが近頃、西洋風の輸入だ、日本には昔、そんな事はなかつたなどゝいふやふな說も、甚、皮相の見で、如何にも裸體畫の流行は近時のことではありませうが、それと同樣、乃至同種の慾求や憧憬は古往今來、變りないといふ方が正しいかと存じます。——一寸注意致しておきますが私がこゝに申しまする裸體畫の流行といふ意味は、美術家がすなる鑑賞とかいふ高尙な審美眼に由るより

も、世間大多數の風潮や嗜好といふ程の意味であります。——

然り、世間大多數の風潮や嗜好、換言すれば、人性の慾求や憧憬が女性の肉體美に向ふのでありまして、これあればこそ、典雅な謠曲「羽衣」も作られ、高尙な美術的の鑑賞眼ともなり、重大なる優生學の問題ともなるのであります。

元來、女性と美とは相ひ離れぬもので、美人即ち「美しき人」といへば、其の人が男とも女とも斷らなくとも「女」に限つて居り、又英語で A beauty 即、「美しいもの」といふだけで、これも美女のことを指すに限つて居るのを見ても、分る事であります。之を理論的に、何故、人間に於いては、美と女とが左樣に關係深きかといふ事を論じても面白いでせうが、とにかく、是れが明白な事實なのですから、唯今は理論を拔きにしておきます。

四、美は女子の特權

是の如く美は女の誇るべき特權であります。——私はかう思ひます。動物界中、智德は人間の誇るべき特權であり、又其の中で剛毅は男子の誇るべき特權であり、優美は女子の誇るべき特權であると。換言すれば、この男の剛毅と女の優美と一人生に於いて渾然調和する所に、人間の智德が發現するものと言ふべきであります。

夫れ、美が女子の特權ならば、いで益々之を磨き、之を發達させやうではありませぬか？即、眞面目なる女性肉體美の研究は、これ當に私共の義務なのであります。

さて然らば如何やうにして、之を研究すべきでありませうか、さすが文化の發達に隨ひ、又、婦人知識の向上につれて、從前の如き皮相的、一時的の美容法のみに腐心せず、更に進んで根本的に、即、醫學上の知識に根據を置いたる、自己改造の美容運動法に、心を向けるやうになつてまゐりましたのは、まことに喜しい現象であります。

五、婦人美の發揮法

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

唯今申しました通り、婦人美の發揮法にも、一時的のものと根本的のものとありまして、かの化粧美や衣裝美は、その一時的のものにして、肉體美は其の根本的のものであります。勿論、この二つが互に相ひ竢つて、一方の短所を補ひ、長所を益々發揮させるといふ方法を取るべきで、こゝに科學的の知識も素養も要する次第であります。けれども孰れを先きにすべきかは、言ふまでもなく、肉體美の研究で、これは自己一身の衞生に關するのみならず、子孫將來の優生學的のことにも關し、又、爾他の化粧美も、衣裝美も、實は皆、この中に含まれることになるのであります。

そこで根本的なる肉體美の發揮法は、どうしてもまづ醫學上、殊に生理解剖上の知識によつて、身體の筋肉の附著法や、神經の分布の仕方を知り、又、どうしたら血液の循環がよくなるか、どうしたら體質が丈夫になるか、隨つて活氣を帶びてくるかなどといふことを學び、又、健康上に必要なる榮養物をも研究して、之を甘くお料理に應用するといふ所まで來なければなりませぬ。一言すれば、婦人一般の知識が向上し、修養が積まれてこそ、眞に女性肉體美の發揮も其の目的を達することが出來るのであります。就いては私共も、かねて此の事を考へてゐましたから、今度、「女性肉體美學」といふものを書き、その中に衣裝や化粧のことをも書き加へておきました。その中には一々、上肢や下肢や、全身の運動法などを精しく説明してありますから、御熱心のお方はどうぞ其の方で御讀み下さい。とても此の誌上では頁數が許されませぬので、その細目を永々とお話しすることも出來ませぬから。但、またもつと他に申し述べることは、他日、この續稿としてお話し致しませう。

肌膚の艶色

越智耶輸

前以てお斷り致して置きますが、これは私方の先生の

許に獨逸語の御稽古旁々種々の書物を持つて來て讀むでもらうてお出になる方がありまして、昨年來その方が少しづゝお讀みになつてゐらつしやる御本は『人體美論及その養護』と云ふやうな題で、高等の教育ある婦人の爲めに書かれた美容法だと云ふことでありますが、私共には、ちとむづかし過ぎるやうな哲學、醫學、文學などの議論が出て來るやうでありますけれども、先日頃から漸く各論と云ふやうな部分に這入つて、皮膚の艶色と云ふやうなお話になりましたから、これならば普通の化粧法として直接參考になりそうに思はれましたので、毎回お稽古の傍に侍して、先方の御譯しになる所を一句〳〵書取らして頂くことに致して居ります。それを婦人衞生雜誌の編輯者が是非本誌に連載するやうにと勸められますので、承諾は致しましたが、何分文章が不自由な所へ、外國語で外國人の化粧法を說いて居るものを、强ひて日本語で讀めるやうにと云ふのですから、隨分無理な注文で、殆ど原文を離れて、何うやら意味だけが通ずれば宜しいと云ふ位の所で勘辨して頂くより仕方がありませぬ。それから又化粧品の處方や名稱なども隨分古いもので、恐らく今日は大抵廢つて居るのであらうと云ふことですから、その邊も豫めお含みを願つて置きませぬと、後に色々の御質問やら御非難を受けましても困りますので、これには全く責任が無いことをお斷り致して置きます。只これが幾分なりと御參考にならば結構です。

本章以下三章は皮膚の色澤、皮膚の光澤、皮膚の滑澤と連續して居ります。今日の所は、

○○○○皮膚の色澤

本章より漸く本統の特殊美容法の範圍に這入ります。併し茲でもう一度お斷りをして置かねばならぬことは、皮膚美の缺陷は、健康狀態の障碍及び全身の疾患に基くことの甚だ多いことでありまして、新陳代謝機能の不活潑、神經病、消化器及び其他諸種の疾病は孰れも單に健康を害するのみならず、又以て美貌を損ずるものであります。それで何ぞ身體に故障のある場合には、外部に作用する化粧品を用ゐる前に、先以て全身の健康を損じてゐるやうな障碍を除くことに努めなければなりませぬ。特に前章に於て大略述べたやうな衞生的生活法に依て、外貌に好影響を及ぼすべき事を等閑に附してはなりませ

ぬ。勿論これに依て卽坐に效驗の現はれんことを期するわけには參りませぬ。人體の全構造はさう直ぐ變化するものではない。何事もその所期の目的を達するのには餘程の忍耐と熱心と持長とを要するもので、美容法に於ても矢張その通りであります。

併し美容の爲の養生法は、健康と同時に美容を增進しようとするものだけに、間接手段であると云ふことは免れない。尙ほ美容の爲の養生法は、種々の疾病が肌膚の艶を惡くしてゐるとか又は皮膚病の原因を成してゐるとか云ふ場合に美容の爲になるのであつて、この場合の養生法は所謂原因療法となるわけであります。併し既に是等の場合に於きましても、殊に他の器官の關係してゐない皮膚病などの場合には、局處的、外部的に作用する所の治療劑を用ゐぬわけには參りませぬ、特に皮膚組織の高度の變化ある場合には勿論のことであります。

他は全く健康の人であつても、これぞと云ふ原因あり、或は無しに、頗る敏感性、刺戟性の弱き皮膚を有して居つて、瑣細の傷害、極輕微の不良なる氣候の影響にも耐へぬ人がまゝありまして、唯一回顏や手を十分拭乾かさなかつたと云ふだけで、既にこれが皮膚を荒らし、脆く光澤を失はしむる原因となり、更に甚しきは、これが爲に炎症々狀を呈する如き場合もあるのであります。又他の人にありては、他の身體器官が、病氣に罹ることのあると同樣に皮膚或は其附屬構造が、何等かの原因に由て自ら病氣を發することがあります。例へば皮脂腺或は汗腺のある變化に因て出血、面皰、痤瘡、小腫瘍　皮脂漏、汗手及び汗足等種々の病症を發することがあります。或は又凍傷或は曾て罹た萎黄病或は器械的損傷と云ふやうな劇しい傷害の機會は、肌膚の美に有害で永くこれを毀損し、一局部の過度の潮紅或は胼胝又は鷄眼と云ふやうなものは孰れも醜狀を呈する所の頑固なる繼發狀態であります。

只今申述べました肌膚の外觀を損する所の變化に基づき又その發生原因に基きまして、これから御話

致します章、節に於きましても、皮膚美缺陥の三「カテゴリー」を常に念頭に置き、發生する所の肌膚缺陥の普通の種類に就て述べ、各〻それに應ずる藥劑を擧げることに致します。それも特に所謂化粧藥と稱せられる藥品、卽ち豫防藥に就て稍〻詳細にお話致さうと思ひますが、是等の藥劑は概して既に成立した粗大なる肌膚缺陥を除くのには餘り役に立たぬもので、寧ろ肌膚美を保ち、これを保護し且これを高めると云ふにあるのみであります。尙ほこれに附隨して醫學の素養なき人にも理解し得るだけの所で各種類に屬する二三の皮膚變化を少し詳しくお話致します。重ねて申上げて置きますが、本篇は重大なる病氣の場合にも醫師の診斷治療を受けずにすます爲ではありませぬ、唯健康な人にその美を保護し維持する爲に合理的な衛生的の方法を示し、兼て輕微なる皮膚の變化を療治して單純なる肌膚の缺陥を除かんと試みる示針とし、危險のない治療劑及び治療法を授けむとするにあるのであります。

これは又これと同時にもう一つ他の目的に適して居ることゝ思ふ。と云ふのは、近來種々雜多な祕密藥、就中皮膚病の範圍に於て、殊に化粧に關するものが雨後の筍の如く否な雜草の如く世に滋蔓し、何れも利慾の熊手になつて居るからでありまして、これは既に十分に否や十二分に諸方面の見識ある學者に依て警告された事であるが、殆ど馬耳東風の有樣で、狡猾な奸商輩の廣告、卽ち唯紙に黑や赤で文字を印刷したばかりの護符に依てまんまと欺かれて、高い賽錢をあげるのである、然かも無效なるのみならず往々にして健康上罪責を免れぬものも尠くないのであります。それで既に騙された事に氣づいた人は、同じ世間の人の爲にその欺騙をあばいてやるのが本統であります。併しこれは徒らに惡口をしたとて詮なきことである。故に是非積極的の事實竝に多數の實際上の經驗に基づいた書物が必要なわけで、單にこの著書のみならず幾らも有名な專門學者の書いた本がありますから、是等に依て我利々々亡者の

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

奸商共の奸策を破るの助けとすべきであります。私はこれ以上立入つて説明したり忠告したりすることは止めます、縱令忠告致しました所が、忽ち忘れられてしまふこと必定だからであります。そこで私は讀者諸姉に向て次に揭ぐる所の坊間に販賣されて居る有名な化粧品目、特にその代價と一藥劑師が計算した價格との比較を一瞥して頂けば澤山だと思ひます。

次に評判の化粧藥二十二種を擧げて、一々その成分と定價と藥劑師の計算した實價とを比較してありますが、これは主として獨逸で流行した化粧藥でありますから、別に私共の參考にもなるまいと存じて省きます、唯馬鹿馬鹿しく高價なものであると云ふことだけ分かれば宜しいと思ひます。その內の一例を擧げて見まするならば、「オー・ドウ・フロリード」と稱する化粧水は、五十分の鉛糖、二十分の硫黃華、千分の蒸餾水で出來て居りまして、百九十瓦の價が九「マルク」、その實價はと申すと四十「フェンニヒ」程のものであります。卽ち四拾錢程のものを九圓で賣ると云ふ割合で、而かもその材料は極くありふれた普通の藥品二種類を水に混ぜたゞけのものであります。現今の我邦の化粧品はいざ知らず、西洋の化粧藥と云へば殆どこんな物ばかりで、正體を知つては實に馬鹿々々しいものであります。斯樣なものを購うて美人にならうと云ふお金持の方々の顏が見られるやうです。

（以下次號）

目病み女

石原千賀

昔は目病み女に何とやら申して、婦人の眼病は一種可憐の姿にも見えたものとみえます。婦人の容貌も時代によつて美の標準が違ひ、世の趣向も異なりますから、目病み女の病狀が好く見られた時代もあつたかも知れませぬ。德川氏中葉以後殊に元祿時代このかた世は太平に馴れ、萬事淫靡に流れました所から、婦女子の姿態も徒らに纖弱な寧ろ委靡した姿が美の要素視されて來たものでありませうか、名高き浮世繪師のものしたる美人を見ましても、大方その目は至て細く描かれて居ります。女の目には鈴を

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

張れと云ふ語もありますから、矢張り大きなパッチりした涼しい目を以て美貌の要素と認められて居つた事も事實であらうと思はれます。

或人のお話では、昔は眼病の人は皆紅絹を以て涙を拭ふたもので、色白の小柄な女が眼病に罹つて紅絹の布を以て涙を拭ひて居る姿は、いかにも痛ましい、美しくも可憐なものであると申されましたが、さう言はれて見れば、成程陰氣な、悩ましい、憐れげな美人の姿が想ひ浮ばぬでもありませぬ。然し陰氣な消極的の美で、所謂一種の東洋趣味とも申すべきものでありませうか。實は私も幼少の時から眼病に悩まされまして、永い間治療を受け、漸く近頃になつて、どうやら全快したやうな有様で、唯今も現に親戚の眼科醫の許に寄寓して居りますので、自分の眼病は勿論、他の方々の眼病に就ても知らず識らず種々の經驗を致しました。それで勿論醫學的の講釋などは出來ませんけれども、自分の經驗をお話致しましたならば、同病者の參考ともならうかと存じまして、自分の感じた事、見た事乃至聞いた事を取纏めてお話致して見やうと思ふのであります。

只今も申上げた紅絹で涙を拭きます事は、田舍ではよく見受ける所でありますが、東京でも稀には紅絹を以て涙を拭いて居る眼病人があります。これに就て眼科醫の説明を聞きました所が、大要次の如き話でありました。

紅絹の布片で目を拭くと言ふことは、眼病の爲には何の意味もない、絹は涙や眼脂を拭除るには甚だ不適當な品である。特に一枚の布片を以て分泌物を拭ひその布片を以て幾度も反復して拭いて居ては、眼病は治癒らない。傳染力を持て居る種々の黴菌を含むで居る分泌物を拭き、それが附著して居る布片を以て再び眼に塗附けるわけで、誠に無意味な、不合理な方法といはなければならぬ、斯様な事を繰返して眼病が治癒るのが寧ろ不思議で、僥倖とも云ふべきものである。

併し強ひて紅絹の特長を擧げて見れば、絹の肌觸

が好いことで、眼瞼を撫ても誠に柔かに滑かで、痛のある時でも輕く拭けると云ふことであらう。それから、その紅色も化學的に多少の作用がある、即ち光線の具合で幾分薬液の消毒力を強めると云ふやうな事を附會けることが出來るかも知れぬ。この意味に於て昔、疱瘡の際に無闇に室内に赤紙を貼附けて、疱瘡神を除けようと試みたのも、偶然ではあるが多少の意味がある。第三には、その色の美しい爲めに、他の手拭や布片と間違はず、眼病用と定めて、一人が専用し、特に女子や小兒は喜んで用ゐるから他への傳染を防ぐことになるとでも言へばいへませう。併しその實、この紅絹を眼拭に用ゐ初めた濫觴を尋ねて見ると、全く目醫者の廣告手段に出たものに過ぎない。これに就て少し詳しくお話すれば、かうである。今から丁度百年程前、文化文政の頃江戸で非常に名高くなつた土生玄碩と云ふ眼科の先生があつた、即ち十代乃至十一代將軍の時に眼科を以て法眼に敍せられ、數年前にも御贈位があつた程の人で、我國の眼科には大功勞のあつた人である、今日もその曾孫に當る人が矢張現に東京で眼科を開業して居らるゝが、この土生と云ふ先生は、その學問技術が偉らかつたばかりでなく、廣告や蓄財の方法に於ても恐ろしい偉い人であつた。例の紅絹の布片もこの先生が廣告手段に用ゐたに始まるのである。廣告に紅い布とは實に好い思ひつきと云はねばならぬ。

斯様なわけで、紅絹は何も特別眼病に宜しいと云ふ意味のものではない。今日に於て尚ほこれを用ゐるのは全く土生先生の廣告術に乘せられた迷信に過ぎない。勿論その當時にありては眼病を長延かせようの、他眼に傳染せしめようのと云ふ惡意あつたわけではないが、今日の眼科學から申せば、甚だ面白からぬ方法である。今日の眼科に於ては、涙や眼脂を拭くのには、一々新しい消毒「ガーゼ」か脱脂綿を以て拭き棄てなければならぬ、これは極めて大切な事で、一枚の「ガーゼ」や「ハンカチーフ」を以て目を拭いて居ては容易に眼病の治癒るものではない。決

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

して治療上の經濟にはならぬ。

以上は紅絹の布片に就ての目醫者のお話でありますが、實際いづれの眼病に就ても、さうでありませう、結膜炎などで眼脂の出る時に「ハンケチ」や手拭で眼を拭いて居ては治癒りそうもありません。罨法藥とか洗眼藥とかで眼を洗ひます時にも、幾囘も同じ一枚の「ガーゼ」で洗つてゐては、何時迄も病毒を眼につける事になりますから容易に治癒りませぬ。洗眼藥も一度用ゐて既に眼脂で濁つたものを幾度も使ふのは、丁度濁つた水を換へずに洗濯したり、雜巾掛けをすると同じやうなもので、清潔にする積りで不潔を繰返すに過ぎません。實際眼病の治療を受けにお出になる方々を長い間見て居りますと、殆んど毎日洗眼藥と消毒「ガーゼ」をお持ちになる方は、忽ちおなほりになりますが、一本の洗眼罎を五六日もかかつてお使ひになる方は容易に全快しない樣に見受けられます。目醫者も、最初注意するのであるけれども、甚しく儉約な方、實は度し難い程吝嗇な人には、惜しまずに洗眼藥をお使ひなさい、一々消毒「ガーゼ」をお換へなさいと云ふのが、何やら氣の毒なやうな氣もするし、又言ふても實行はしないのだから、遂ひ先方の氣任せにするやうになる。それで矢張治癒り難いのであると聞いて居りますが、實に變なものであります。眼病を治癒す目的で醫者にかゝり、わざ〳〵自分で治癒し難い方法をとり、僅かの藥價や「ガーゼ」代を惜むで、いつまでも目醫者通ひをし、不自由や難儀を忍ぶとは、思へば愚な話であります。貧窮な人は病氣の時には全くお氣の毒なものでありますけれども、少しも金錢に不自由のない、隨分贅澤な身なりをなすつてゐらつしやる奥樣などが、自分の病氣を治癒すに必要な僅かばかりの藥價などを惜しむで、病氣を治癒し得ないなどは、如何にも吝嗇と云ふことの醜くも愚な不德であることが見えます。斯樣な方は萬事に儉約かと申すと決してさうでありません、一方に於ては必ず調子はづれの濫費や徒費をして、それには氣がつかぬ風でありま

す。これで見ますと、節倹と吝嗇とは全く性質を異にしたものであることが分かります。昔から知り顔にして知らぬ道理と見えまして、聖人のお言葉にも「生命は糧より優り、身體は衣よりも優れる者ならずや」と警告されて居ります。斯様な極めて明かな優劣、利害得失さへも顚倒して考へるやうな癖は特に私共婦人に多いと申されますから、嗚呼がましくも一言玆に申添へた次第であります。

育兒

婦人の海水浴と小兒の水泳

吉岡彌生

一、自然の療法

近來醫學の進歩につれて、器械的療法を認め、普通の醫藥療法の外に、理學作用で人體を健康にする、病氣を直すといふことが出來ましたのは、至極結構な事です。器械的療法といふものゝ中には、近頃流行の電氣療法も含まれ按摩療法の如きも、その一部であります。その他、昔より言傳への木瓜で轉筋を療するやうなこともその中に入るものですが、その著しいものを擧げましたならば、かの冷水摩擦によつて身體の健康をはかることや、溫泉又は海水浴によつて身體を健全にし、又は病後を快くするやうなものも、この類ひにぞくします。これらは何れも、その人の體質又は病氣の模樣により、大に宜しいことであります。さて夏時に行はれる海水浴に就て心得ねばならぬことをお話し申します。

二、海水浴に行つて惡い人

海水浴は一方に特效のあると共に、他の一方には、非常に害のあることがあります。今海水浴に行つて惡い人を擧げましたら、海水浴には六歳未滿の小兒は行つてはなりません。大人でも病後はあまり良くないのです。病氣にもよりますが、例へば肺結核で、

肋膜炎であるとか、快癒の時期に向つて居る所を、海水に入りますとその急劇なる運動によつて呼吸器を害し、再發する患があります。肋膜炎の、既に快癒しやうとする場合に、海水に浴して再發した場合は多々あります。又脚氣のある人には極惡い、嚴禁せねばなりません。

僂麻質斯は、その性質にもよりますが、まづ禁じた方がよいでせう。又少年はよく中耳炎といふ病氣に罹り、耳だれの出る方が尠くありませんが、これらには極惡い、これらは何れも過劇の運動の爲に、呼吸器を害し、疲勞を感じさせ、熱を出し、腦を害するといふことがあるからです。かのぱつと飛び込む如き、炎天に肌を曝らす如きは、病後には、頗るよくないのです。殊に婦人に於て注意すべきは、子宮病のある人は絶對に良くありません。入れば、必ず益々子宮を惡るくし、外膜炎などを、起すことがあります。又妊娠中は勿論、月經中は良くない、一般に冷え性のものは良くない。これには温泉浴こそ最も適します。

されば婦人の海水浴に行くには餘程身體の健否を慮らねばなりません。

三、海水浴に行つて良い人

身體の健康な人が、海水浴に行くことは、益々强壯ならしむる所以で、成るたけ行つた方が宜しいのです。前に申しました呼吸病でありましても、罹らぬ前に行けば、却て呼吸器を强壯にし、自然に豫防法となります。殊に消化器の弱い人、殊に胃を病める人などは、海水浴によりて、胃を强壯にするといふ效能があるのです。又皮膚病の人には特效がある。やれ蚤が喰つたから腫れ上つた、蚊に螫されたから膿を持つたといふやうな人には極宜しいのです。

四、海水浴と海氣浴

海水浴に行つてよい人と惡い人とは、先づ前に申しましたやうなものですが、海水浴をしては惡るいが、海氣に浴したら良い、即ち海水浴場だけに行つて良いといふ人があります。それは海岸の空氣は濃

厚で清潔でありますから、かの呼吸病に罹つて治りかけの人なれば海水浴場に遊び海岸に生活するといふことは、極宜しいのです。

五、海水に浴する時

海水に浴するのは、日光の出ない早朝、又は夕暮は良くないのです、さりとて眞日中炎暑燒くが如しといふ時機は良くないのです。先づ適當な時は、朝日の上りつめたる十時頃と、日の傾きかけた三時頃とが、最も爲によろしい、入浴時間は大人ならば十五分乃至二十分、小兒ならば、それ以下です。それから初めて海水浴をする人は、一日一回を超えてはなりませぬが、少し慣れば、二回にし、極強壯な人は四五回まではよいのです。婦人は二三回が適度でせう、日取は、幾日にてもよいのですが、まさか二日三日では效能は著はれない、少くとも二週間、先づ一ケ月以上ならば結構でせう。

六、海水浴の必要品

海水に入るには、風紀上男女とも、猿褌の如きものを穿くのですが、婦人は特に衛生上、之を大切とします。質は何んでも構はず、成るたけ厚い袴下の如きものがよろしいでせう。それは腰部をあたゝめる爲です。それから婦人ならば尚更、耳の中を脱脂綿などで輕く塞いで置いたら良いでせう。又海水を上る時は、よく手拭で拭き清め、やがて衣服を著て、溫らねばなりません。もし拭き方が麁末であつたり、衣服を永く著なかつたりすれば、それが爲に海水浴の特效はそがれてしまひます。又海水に浴して色が黑くなるのは當然のことでありますが、顏が黑くなり、髮毛が赤くなるのを嫌ふ方は、顏や髮毛に油を多くつけて居れば、鹽分の刺戟や影響の爲に變化を受くることが比較的少いのです。

七、浴後の注意

水から上りましたら、早く「シャツ」や猿褌を脱いて乾いた「タオル」か、手拭で能く拭き清めて、決して濕氣が殘らないやうにし、肌を炎天に曬したり、永く裸體で涼しい風に吹かれて、身體を冷したりしない

やうに、直ぐに衣服を著けるやうにしなければなりません。上つてからの不注意の爲、感冒とか、肋膜炎とかを起すことも珍しくありません。海水浴の後頭痛や、眩暈は、貧血よりも充血からも來るのが多いのですから、そんな場合には冷い水で頭を冷し、靜にして寢るのが宜しい。

八、良好なる海水浴地

品川や隅田川附近とか、稻毛のやうな海水の不潔な處は、不適當でありますが、海水が清淨なところならば、大がいなところは宜いと思ひます。成るべくならば後に山を負ふといふ所は最も良いのでせう。私が知つて居る處では、先づ葉山がよいやうに思ひます。大磯などよりは比較的に閑靜で、一帶に土地も良いやうであります。

最初の一年目に海水浴に行くには北は山で、南が海、然も水面が穩かで、波が立たない遠淺な處を選び、二年目と三年目と慣れて來たらば、波があるやうな處でも構ひません。併し衞生は必ず經濟に伴はなければなりません。土地の清潔なる限り、費用の少ないのを條件とするも良いでせう。

九、水泳より受くる利益

それから身體の育さかりの小兒時代には、溢れんばかりの活氣を散ぜん爲都會、田舍の區別なく、夏になると、水泳を欲するものでありますが、小兒の水泳には餘程注意しませんと、弱い小兒を一層弱くし、病める小兒を一層やましむるのみか、健康なる小兒を不健康にする虞れがあります。併し利益の方面より申しますれば、身體强壯なる小兒には、皮膚を强くし、消化を助け、腸胃を固め、胸廓を擴め、呼吸を健にし、筋肉を發達さするなどの利益を併せ受くるものであります。又たとひ身體に缺點がありましても、尙利益を受くることがあります。卽ち神經衰弱の人とか、皮膚の惡い人とか、腸胃病の人とかには、きゝ目があるのであります。

一〇、水泳より受くる害

併しながら、水泳より受くる害は、中々多いので

あります。それは、十歳以下の小兒には絶對にいけませんし、十歳以上でも、身體の薄弱なる人、心臓の惡い人、腦に病氣のある人、(これは神經衰弱と似て非なる者ですから、水泳でもしやうと思ふ人は醫者の診斷を要します)。腎臟炎のある人、脚氣のある人、耳の惡るい人、肋膜炎を病みたる人などには、極惡るいのですから、斯る小兒は、初めより水泳の資格がないのです。

一一、水泳の場處

水泳する場處は申す迄もなく、清潔な水でなければなりません。海洋はどんな處でも、鹽といふ殺菌劑がありますから良いのですが、川であるとか湖であるとかは、清淨な處を選ばねばなりません。ですから田舍を流るゝ水源近き處であるとか、兎に角不潔でありさへせねばよろしいのです、例へば東京市を流るゝ河川の如きは、何れも衞生上良くありません。よく飯田橋の所とか、隅田川あたりでは、盛に水泳者を見受くるのですが、斯る河川は程度の差こそあれ、何れも下水の溜りの如きものです。泥川如きは、恰も糞溜の如く、有ゆる黴菌の集合處でありますから、水泳して却て病毒を受けるやうなものです。結核、「コレラ」、「チフス」の黴菌は多くこんなところより受けます。ですから都會の水泳にはどうしても贊成が出來ませんのです。水泳の箇處は、行政上卽ち警察で取締つたらよからうと思ひます。

一二、水泳の時期

水泳は暑さ身にしむ時節、卽ち夏に限りますが、同じ夏であつても比較的に寒冷な時とか、暑い日であつても、朝早くとか、日中やかんばかりの時とかは、控へねばなりません。水泳に一番よい時は、炎天の日の午後三時頃です。日中でも極日蔭ならば差支ありません。

一三、水泳の注意事項

水泳は餘り長くすると、却て身體を害します。如何に長くとも、一時間を越してはなりません。普通の人ならば二三十分間がよろしいでせう。殊に初め

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

て水泳をする人なら、初めは五分間、十分間、十五分間、二十分間といふ工合に次第に長くせねばなりません。水泳に當つてどぶんと身を投ずる時は多少耳の中に水が這入つたり、又動悸を高めたりしますから、已に水泳の資格のある人でも成るべく注意したら良いでせう。

小兒下痢の手當

醫學士　竹内薫兵

赤兒はよく大便のゆるむものである。然し赤兒の下痢と、少し大きくなつて幼稚園へ行く頃の年齢、即ち五六歳の時のと、もつと大きくなつて十歳以上になつてからの下痢とは、餘程容體も違ふものであるし、又手當もそれ〴〵違ふものであるから、周圍の者はよく心得ねばならぬ。尙其上心得て置ねばならぬことは、下痢する外に嘔吐も一所に起こるか起らないか。下痢の外に熱があるかないか、それから又出る便の色はどうか。臭氣は惡るいか惡るくないか。粘液や血は混じつて居ないか。食べた物が其まゝ混ざつてゐるか。便通の回數は一日何回あるか、便通のある時又其前後に腹が痛むか又泣くかどうか、などである。それによつて治療の仕方は各ゝ異なるものであるから、判然と判るやうに注意して置かねばならぬ。

乳兒の下痢　我邦では生後百日程の間は俗に「泣く子垂れつ子」と申しまして、小便の回數や大便の回數の多いのは餘り氣にかけない程、そんなに赤兒は下痢するものである。然し大便の回數の多いのや下痢するのは決して健康の印ではない、成るべく早く治さねばならぬ。

同じ赤兒の下痢と申ても種類のあることで、母親や乳母の乳を飲んでる子供が下痢したとて、さほど氣にするには及びません、殊に熱もなく嘔吐もなく、又出る便に惡臭もなく血もなければ、たとひ青い色の便であつても、少し位ゐつぷ〳〵あつても、少し

は粘液があつたとて、大病ではない、又重い病氣ともならないと想像する事が出來る。それは大抵一時の飲み過ぎであるから、乳を與へる時間を短かくし、一方では乳を飲ませない時間を長くすれば、自然治る事が多い。併し熱が出たり、嘔吐があつたり、又出る便に、前に申したやうないろ〳〵な變化があれば是非とも醫者の診察をうけねばならぬ。

牛乳を飲んでる子供　牛乳で養はれてる小供は便祕する癖の子と下痢を起す子供との二通りある。是は牛乳を飲み過ぎて起す子供もあるが、又中には牛乳を一匙だけ飲んでも、もう下痢を起す子供もある、つまり子供に適しないのである。牛乳榮養障碍といふ病氣は、かくの如き子供に無理に續けて牛乳を飲ませて置くと、遂には嘔吐や下痢を起し、顏は蒼白くなり、痩せ衰へて終ふのをいふのである、平素は牛乳を飲んでも下痢を起さないが、少し飲み過ぎて下痢を起すといふ場合には、先づ牛乳を廢して親の乳か乳母の乳に變へて終まへば一番よいが、それが出來なければ、平素よりも牛乳をずつとうすくするがよい。卽ち湯ざましで十倍位ゐに薄めた牛乳を、分量はこれまで通り飲ませて見る。一日間これをやつて效がなければ、今度は牛乳を全く廢して、卵白水といふものを拵らへ、これをこれまで牛乳を飲ましたと同じ分量だけづゝ一日三回飲ませ、其外は番茶か御湯をのまして置くがよい。

卵白水の製法は、

鷄卵一個から白味を取り出し、此の白味へ湯ざまし(決しい溫い湯ではいけない)一合を入れて少しかきまぜて、これを「ガーゼ」四枚折にして濾すべし。濾したものが卽ち卵白水である。子供に飮ませる時は之れへ少し食鹽を加へ、又は五百倍位ゐの「サッカリン」水を少し加へて與へるがよい。

又この外、牛乳を平素よりずつと薄くして、其中へおも湯を半分ばかり入れたものを與へるもよし、又は牛乳を薄めた中へ「メリンスフード」といふものを一匙入れたものを飲ましてもよい。輕るい下痢な

らば以上の方法で大抵治ります。

併しこれは醫治を受ける便利のない場合に行ふ方法で、且又輕い場合に限つて行ふべきで、この外適當な方法はいくらもあるが、誤を生じやすいから略して置く。殊に注意し又警戒して欲しいと思ふ事は下痢止めの藥を用ゐてはならぬことである。

藥の害は恐ろしい　可愛い子供が下痢すると、早く止めてやりたいのは人情、親なれば尙ほの事です。併し「コレラ」のやうな下痢は兎も角として、其外の下痢では決して急いで止めてはいけない。害あるとも益はない。賣藥にある下り腹の止め藥といふやうな藥りは決してむやみに用ゐてはいけない。疫痢といふ病氣は子供に來て劇しい下痢を起し、且つ痙攣を起す病氣であるが、こんな病氣に始めから下痢止めの藥りでもやろうものなら其子供は必ず死ぬ。たとひ疫痢でなくとも赤痢でも消化不良といふ病氣でも、始めから止め藥を與へれば必ず惡結果を來すものである。又下痢は如何にひどくとも、それだけでは一日や二日續いたとて、それが爲に子供は命を取られる憂は毫もないし、或は又止め藥りを與へなかつたから、餘計容態が惡るくなるといふ事は少しもないが、なまじ止め藥りを飮ませたばかりに、容態が非常に惡るくなり、又は一晩で以て死んで終うことは珍しくない例である。

大きな子供の下痢　乳ばかり飮んでる子供の下痢は手當が割合に簡單であるが、少し大きくなつて乳の外にいろ／＼なものを食べてる子供の下痢は、扱ひが餘程面倒になる。といふのは、下痢を起す原因が乳兒よりもずつと複雜であるから。食べ過ぎれば勿論であるが、食べすぎないでも、飮み物や食べ物が惡るくても、又腸の病氣を起しても、或は腸の中に蟲がゐても下痢は起るものであるから、あやまつて素人療治をしようものなら、とんだ事になるのである。それ故私は今茲で其治療法を述べる譯には行かない。

併しどんな場合でも、下痢してる小供に行つて惡

るいことだけを申しますと、それは第一飛び歩くことである、成るべく靜かにして置くがよい。第二に飲み過ぎ食べ過ぎをすることである。第三には葛湯、おも湯などより以外の物をむやみにたべることである。第四には果物の汁を飲ませることである。餘計下痢を起します。第五は今申した止め藥を飲むことである。

玆に注意して置きますが、子供の下痢をしてゐる場合に、水氣の物をひかへる親がありますがこれは却て惡るい。下痢すれば平素より澤山水分が身體からなくなるから頻りに渇くものです、これを補ふのには矢張り番茶や湯ざまし麥湯などの類を拵らへて飲ませるより外はない。一寸考へると下痢して居るところへ水氣の物を飲ましたら、もつと下痢しさうに思ひますが、事實は決してさやうではない。却て少量づゝ飲ませる方が元氣が衰へないで結果がよいものである。要するに子供に下痢が起つたら、急いで下痢止めのくすりなど飲ませることをしないで、先づ靜かに寢かし、若し劇しければ懷爐、燒鹽、茹た蒟蒻を腹にあて、又は「フランネル」を三重ほど腹にゆるくまき、熱があれば頭を水又は氷で冷やし、嘔吐が伴へば衣服をらくにして胃部を冷やし、徐ろに醫治を乞ふがよい。この場合出た大便や嘔吐したものは殘して置いて醫者に見せることを忘れてはならぬ。これ以外の事は却て爲ない方が子供の爲に安全である。

家庭衛生

清涼飲料

莊司秋次郎

夏は熱いから、發汗多く、身體の水分が少くなる、渇を覺える。卽ち熱と渇との苦を感ずる、こゝに於てか渇を醫し兼ねて清涼を欲するが爲に飲料を要す

ることゝなる、この需用を滿たすものが所謂清涼飲料である。

清涼飲料としては、先づ第一にその用水が清潔で衞生學的に不都合の無いものでなければならぬ。

この點からいへば、衞生試驗上飲用に適するものと認められた井水ならば、夏期に於ける佳良なる清涼飲料と稱することが出來る。

併し人間は他の動物と異つて、純粹の水だけでは滿足せず、清涼飲料として種々の人工を加へ、いよいよ味の美なる飲料を造る。

紅茶や咖啡などを氷で冷して用ゐるが、人々の嗜好にもよるけれども餘り感心したものでない、矢張これは熱服すべきものであらう。そこにいつては元來冷飮すべきものだけに、冷した麥酒は甚だ心地よき飮料であるが、これも人々の嗜好により、且つ「アルコホル」分を含むで居るので、普通の清涼飲料とは稱し難い、矢張酒類に屬する。この點に於ては純粹の日本產、日本製の番茶及び麥湯の冷やしたものが最も非難のない佳良なる清涼飲料と申すべきものである。唯麥湯の甚だ腐敗し易きことに注意しなければならぬ。

近來「サイダ」とか「シトロン」とか曹達水とか云ふ類のものが盛に流行して、西洋料理屋では勿論、野菜ばかりの家庭でも妄に愛用される。衞生上竝に經濟上結構な流行かどうか一寸疑問である。警視廳あたりでは絕えず不良飲料品の取締に困つて居る樣子であるが、人間の我利我慾は、金さへもうかるならば他人の健康をも顧みざるに至るから恐ろしいものである。

人工を加へた清涼飲料と云へば、その要素として必ず酸味と甘味とを有つて居る。この意味に於て葡萄酒の如きも渴を醫する效能がある、併しこれは酒類であつて、清涼飲料とはいへぬ。これを他の清涼飲料に適當に混ずれば頗る妙である。近頃は平野水とか曹達水とか云ふ類の酸味なきものが西洋料理屋などで流行するが、これは清涼飲料と云はんよりは

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

唯濃厚なる食事の際に咽を潤す爲めで、食慾を助ける爲には、場合によつては他の酸味あるよりも却て適當なことがあり、又實際消化の爲に都合の好い作用を呈することはあるが、要するに「サイダ」の類に厭いた贅澤者の口に應じて流行し出したのであらうと思ふ。

甘酸を適當に調合した清涼飲料の元祖は所謂「リモナーデ」である。抑もこの「リモナーデ」と云ふものは、檸檬の實を搾つた液汁に水と砂糖とを調合して製つたものであるが、近來は種々の鑛酸類を以て人工「リモナーデ」とも稱すべきものを造る。醫療上に用ゐられる所の普通の「リモナーデ」と云ふのは皆これである。

この「リモナーデ」ならば實際渇を醫し、熱を散じ、場合によつては食慾を興振せしめ、消化を助け、特に稀鹽酸「リモナーデ」は虎列剌豫防の妙藥とあつて、夏期の清涼飲料としては最もよくその要約に適したものである。依て左にその處方を示す事とする。製方も至て簡單なものである。

〔鹽酸リモナーデ〕
稀鹽酸一・〇　單舍利別三〇・〇　水一七〇・〇

〔燐酸リモナーデ〕
燐酸一・〇　單舍利別三〇・〇　水一七〇・〇

〔枸櫞酸リモナーデ〕
枸櫞酸一・〇　單舍利別三〇・〇　水一七〇・〇

〔酒石酸リモナーデ〕
酒石酸一・〇　單舍利別一〇・〇　水九〇〇・〇

〔硝酸リモナーデ〕
稀硝酸一〇・〇　單舍利別一二五・〇　水八七五・〇

〔硫酸リモナーデ〕
稀硫酸一〇・〇　單舍利別一二五・〇　水八七五・〇

右の如く種々の酸類を用ゐて製ることが出來るけれども、普通は稀鹽酸「リモナーデ」で、これが又一番間違が少なく、間接に種々の效能もあり、特に虎列剌菌かこれで殺され或は少くとも發育を妨げられるのであるから、夏期に於ける家庭製造の清涼飲料としてはこれに越したものはない。更に右の鹽酸「リモ

ナーデ」に葡萄酒を三〇・〇位加へるとか或は枸櫞油又は檸檬油などを一滴加へれば大に風味を増す。枸櫞油や葡萄酒などを加へる際には最初に舍利別とよく混和して、それから徐々に水を加へると良く出來る。「リモナーデ」を製つてから之を加へて攪拌たり振盪したりすると變に油が浮ていけないものである。

尙ほ右の如き「リモナーデ」の處方に適量の炭酸鹽類を加へれば、「ラムネ」や「サイダ」のやうな所謂飽和劑が出來る。誠によく胸がすくやうな爽快な飲料が出來る。その處方例を示せば、

〔セルテル水〕

重炭酸ナトリウム七・五　稀鹽酸三〇・〇　稀硫酸二・〇
單舍利別五〇・〇　水四二〇・〇

これは平野水と同じ様な「セルテル」水を人工的に模製したものである。これを造るには、栓のしつかりした厚壁の器械罎に重曹を入れ、これに單舍を加へ、それから極そろ〳〵水を注いで暫く靜にして置き、その上水が澄むだ所で一頓に酸を加へ、直ちに栓をして能く振盪するのである。

併しこれは西洋の「セルテル」水と云ふて、丁度我邦の平野水のやうなものゝ成分に依て模造した所謂人工「セルテル」水といふもので、餘り美味と云ふわけにはいかない。そこでこれをもう少し味好く造るのには左の處方による。

重炭酸ナトリウム一〇・〇　枸櫞酸八・〇　單舍利別二〇〇・〇　水三〇〇・〇

最後にもう一つ沸騰「リモナーデ」の處方を追加して置く。

〔沸騰リモナーデ〕

枸櫞汁七・五　枸櫞油糖一・〇　水五〇〇・〇　單舍利別一〇〇・〇　これに重炭酸ナトリウム三・〇を加へ速に栓塞して氣の漏らぬやうにし、氷室に入れて置いて冷やして飲料に供する。この甘い酸いは各人の好みに從て加減して差支ない、重曹も適宜に加減して宜しい。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

雜報

○萬國勞働會議參列者

今秋ジュ子ーブに開催せらるべき萬國勞働會議に政府顧問として松本もと子女史出席することゝなりたるが、今回更に外務囑託として日本女子大學附屬高等女學校教諭長澤とし子女史同會議に出席すべしといふ。長澤女史は兵庫縣の人にて明治四十年日本女子大學英文學部卒業なり。

○入學試驗影響調査

文部省の北學校衛生官は、近年各學校の入學試驗難に伴ひ、受驗生に對し肉體的、精神的に種々の影響を與ふるものあるより、その實際狀態を調査研究することに決し、この程東京市内各中學校の入學試驗受驗生の父兄二千餘名に對し、次の如き照會狀を發して回答を蒐集せり。

一、小學校の何學年をすまして御入學になりましたか。

二、今の中學へ御入りになる迄他の入學試驗を御受けになりましたか。幾校幾度御受けになりましたか。

三、入學試驗の準備は小學校第何學年何月頃からはじめになりましたか。

四、入學試驗の準備について。

1、小學校で特別に教授を受けましたか。

2、家庭教師をおたのみになりましたか。

3、右の外準備のため學校、塾、先生の家などへ習ひに行きましたか。

4、入學試驗の準備の爲つかつた參考書の名（著者の名共）

五、小學校の日常の課業の外何時間位受驗準備につかひましたか。

五學年の時	一學期	一週につき	時間位
	二學期	同	同
	三學期	同	同
六學年の時	一學期	一週につき	時間位
	二學期	同	同
	三學期	同	同

六、入學試驗準備のための費用について。

1、小學校の先生に對する御禮。（全體）

2、家庭教師の謝禮。（全體）

3、特別な學校、塾、又は先生に對する月謝、（總額）

4、其の他。

七、入學試驗準備による健康上の影響

1、受驗準備中病氣に罹りましたか。

2、受驗準備中やせましたか。

3、血色が惡くなりませんでしたか。

4、食慾が減りませんでしたか。

5、近眼になりませんでしたか。

6、良く眠りましたか。

7、頭が痛い樣なことが屢〻ありませんでしたか。

8、氣がふさぐ樣なことはありませんでしたか。

9、鼻血がよく出る樣なことはありませんでしたか。

10、癇癪を起す樣なことがふだんよりひどくはありませんでしたか。

11、ひどく心配しませんでしたか。

12、其の他御氣つきの事。

八、入學試驗準備による精神上の影響について。

1、過度の勉強の爲に頭を惡くしませんでしたか。

2、受驗準備の爲に學科のすききらひに變りが起る樣なことがありませんでしたか。

3、小學校の課業（入學試驗課目以外の）を怠りませんでしたか。

4、受驗準備中に惡い習慣がつく樣な事はありませんでしたか。

5、中學入學後安心して不勉強になつた樣なことはありませんでしたか。

6、其の他氣づきの事。

九、入學試驗準備に對する御感想並に入學試驗方法についての御意見。

○英國の出產減少

英國出產統計委員の說明に據れば、大戰に因るところの一九一五年より一八年までの出產減少は、約五十四萬三千人なり。而して出產減少の主なる原因は、自由意志的出產制限によるものにして、この避妊は特に富裕なる階級に於て行はれ、精神的にも肉體的にも多數の子女を養育するの資財に乏しき階級にありては、寧ろ何等制限を加ふることなし。私生兒は從來に比し一層增加したり。右統計委員は此趨勢を觀て、出產減少の結果は植民地への移住者を減じ、多數の有色人種を使用し植民地の開拓をなす事業の上に、一大打擊を來すべきを憂慮し居れり。又英國にては、近時田園より續々都市に移住する者增加し來り、兒童身體教育に及ぼす影響を憂ひつゝありといふ。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

○佛國の多產奬勵

佛國のセース總督は、多產の母に賞與金を與ふべき新規定を發表したり。此賞金は、公生兒と私生兒とを問はず、其母が二箇年以上管內に居住しをり、現に少くとも二人以上の子女を養育しをる者に與ふる規定にて、三子を養育せるものには、三百「フラン」を與ふ。而して賞與金は之を、分娩後三十日に百五十「フラン」を、其子が滿一年に達したるときに殘額を與ふる如く、二回に分與す。子女の數の增加するに隨ひて賞與金の額も增し、四人目には三百五十「フラン」、五人目には四百「フラン」、以上一子を增す每に五十「フラン」宛を增與す。斯る方法によりて佛國は平常の出產率減退を補ひ、且つ戰爭による一時的出產大減退を補はんと努めをれり。

○萬國少女俱樂部大會

最近倫敦に於て、墺國、白耳義、支那、佛蘭西、伊太利、印度、ニユーゼランド、諾威、ポーランド、ルーマニヤ、露西亞、瑞典、南部亞弗利加、加奈陀、ジヤマイカ、パレスタイン、和蘭、瑞西、合衆國及び英國より選出されたる代表者によつて、萬國少女俱樂部大會開催され、次の事項に關して極めて自由に協議されたり。

一、國際聯盟組合と協力してその計畫を發展せしむること
一、各國間の俱樂部同志の間に通信を交換すること
一、各國の事情を知らんと欲する少女を以て硏究會を開き又各國の事情を明かにする爲めに、各國の事情を硏究する書物、資料を準備すること
一、インターナショナルイブニングを開き、各國の舞蹈、各國の歌を演奏すること

○高等看護婦學校生徒募集

京橋區築地明石町なる聖路加病院附屬高等看護婦學校にては今回高等女學校及び實科高等女學校卒業程度のものを應募資格として生徒を募集すといふ詳細は同校へ照會すれば直に判明すべし。

○產婆補修機關

產婆試驗に合格せるも實地補修の道少きため免狀を所持しながら空しく活動しかね居る者多きを思ひ西大久保二三六希望社は產婆久島とみ子氏主任の下

に產婆の實地練習機關を設くることゝしたりと。

○慈善病院賛助婦人會

和泉慈善病院にては三井家各夫人を中心として慈善病院賛助婦人會を創立し勞働者の病苦慰安救助に努むべく其の第一着手として同院内に病人相談所を設け小泉まさ子氏主任として活動する由。

○獨逸兒童慰藉醵金募集

日本兒童學會は、會の立場よりして目下の獨逸兒童の慘狀を默過するに忍びずとなし、慰藉醵金募集中なり、その趣意書左の如し。

このたび世界大戰爭の結果として現はれたる困厄の中で、最も重大なるものゝ一として擧ぐべきは獨逸の兒童の慘狀でありませう。戰爭中、食物の缺乏せるがために獨逸の國民は榮養不給の窮境に陷り、それがために疾病と死亡との數が增加したことが著しかつたのでありますが、殊に兒童は發育期にあるものでありますから、榮養不給の影響は劇しく現はれ、佝僂病、結核、及びその他の疾病に侵さるゝものゝ數が多くなり、又死亡するものも著しく增加し、その悲慘の狀況は言ふに忍びざるところであります。しかるに缺乏せるは獨り食物のみでなく、食物以外の物質の多くも缺乏を告げて居るがために兒童にして著るに衣服なく、穿つに靴なく、冬の寒むい時にも暖爐を用ふることが出來ず、空しく藁牀に橫たはりて死を俟つものすら尠なくないと傳へられて居ります。又空腹のために學校の作業が出來ないものも多くあるといはれて居ります。なんとあはれな又みじめなことではありませぬか。斯の如きことはまことに戰敗國たる獨逸の國民が當然受くべき應報でありませうが、しかしながら、兒童には何等の罪もありませぬ。兒童はこのたびの戰爭につきて責任を負ふべきものでは無い。それに拘らず兒童を斯の如き困厄の狀態に置くことは人道の大義より見て苛酷といはねばなりませぬ。それ故和蘭、丁抹、瑞典、諾威などの國々にてはそれ〴〵獨逸の兒童を救恤するの道を講じて居るといふことであります。又米國の

如きは未だ正式に平和條約を締結して居らぬにも拘らず獨逸の兒童を救濟するために大規模の計劃を立てゝ居るといふことであります。我邦の如きは兒童の樂園とまで稱せられ、我が國民が兒童に對する慈愛の心に深きことは西洋にまで知れ渡つて居るのでありますから、今や獨逸の兒童が悲慘の窮境に陷つて居るといふことを聽いて、これを慰藉することには皆樣も定めて滿腔の同情を表せらるゝのでありませう。しかしながら、たとひその志は深くとも銘々にこれを彼邦の兒童に致すことは容易のことでありませぬから、我が兒童學會は、慈愛の心に富める人々の厚意によりて醵出せられたる金員を集めて、これを獨逸に送り、相當の方法によりて彼邦の兒童を慰藉することに致したいと思ひます。何卒、志ある方々の御賛成を願ひます。

規定

一。醵金は一口金壹圓以上とす。
　但し數人にて一口分を醵出せらるゝも妨なし

二。醵金は大正十年八月末日迄に東京市本郷區西片町十番地日本兒童學會（振替口座東京二三九五番）に送らるゝこと。

三。醵金者氏名及び金額は兒童研究誌上に廣告すること。

大正十年六月一日

日本兒童學會

伊藤長七　巖谷季雄
石井亮一　石川貞吉
速水滉　留岡幸助
尾田信忠　小田平義
太田孝之　乙竹岩造
渡邊眞　河野清丸
片山國嘉　唐澤光德
吉田熊次　高島平三郎
棚橋源太郎　竹內薫兵
塚原政次　永井潛
久保良英　桑田芳藏
吳秀三　山崎佐
富士川游　福井信敏
藤井秀旭　藤根常吉
古瀨安俊　寺田精一

麻生正藏　佐々木吉三郎
三輪田元道　三宅秀
三宅鑛一　宮本仲
下田次郎　森田正馬
杉浦恂太郎

會報

○鍋島侯薨去

去六月鍋島直大侯薨去の報傳るや本會よりは直に濱尾副會長同邸に參じ侯爵夫人に對し親しく本會の弔意を表せられ、尋で六月二十六日正午より午後二時に亙る鍋島家本邸に於ける告別式には本會役員一同參列したり。

○七月例會

七月九日本郷區湯島なる東京女子高等師範附屬高等女學校作樂館に於て午後一時半より例會を開き左の講話ありたり。

病人食餌　醫學博士　佐々廉平君

因に當日は講話の非常に有益にして聽衆を裨益することを多大なるものありしにも拘らず、諸種の事情の爲め會員の出席甚だ少數なりしは遺憾なりき、當日出席の役員氏名は左の如し。

濱尾作子　鳩山春子　長谷川仲子
岡田德子　高木鎌子　丹波貞子
松井正子　和磯正子　(以上出席順)

○新潟支會

同支會は中村しげ子女史等の盡力により常に有益なる集會を催し益〻會員の親睦を得つゝある趣なるが、過般地久節の際の如きも新潟婦人衞生慈善會、新潟婦人協會、新潟婦人敎育會の三會合同にて祝賀會を開き盛況を極めたる由通信ありたり。

○入會

新潟支會

○中村しげ子紹介

特別會員　和田花子
同　村井柳子
同　横井清子

私立大日本婦人衛生會役員氏名

總裁　東伏見宮妃周子殿下
會長　侯爵夫人　鍋島榮子
副會長　男爵夫人　濱尾作子

（いろは順）

理事　鳩山春子　　同　長谷川仲子
同　岡田德子　　同　高木錝子
同　男爵夫人　山本多穗子　　同　天野多喜子
同　三浦敬子
評議員　入澤常子　　同　羽田三緒子
同　服部繁子　　同　原光子
同　子爵母堂　仁禮壽賀子　　同　男爵母堂　西舛子
同　土肥多越子　　同　緒方悅子
同　岡山とし子　　同　小川孝子
同　男爵母堂　加藤鈴子　　同　片山龜子
同　吉岡彌生子　　同　丹波貞子
同　高橋孝子　　同　田村きよ子
同　男爵夫人　南部隈子　　同　中濱芳子
同　山口貞子　　同　松平芳子
同　松井正子　　同　古市幸子
同　子爵母堂　近藤憲子　　同　男爵夫人　相磯まさ子
同　男爵母堂　青山孝子　　同　岸澄子
同　菊池峯子　　同　宮本樂子
同　三宅藤子　　同　守屋千代子
同　瀬川さわ子

大正十年八月十七日印刷
大正十年八月二十日發行

編輯者兼發行者　東京市本鄉區駒込千駄木町五十八番地　莊司秋次郎
印刷者　東京市本鄉區駒込林町百七十二番地　柴山則常
印刷所　東京市本鄉區駒込林町百七十二番地　合資會社　杏林舍
發行所　東京市本鄉區駒込千駄木町五十番地　私立大日本婦人衛生會事務所
（振替東京一〇六〇〇番）

賣捌所
東京市本鄉區龍岡町　吐鳳堂
同市銀座三丁目　東海堂
同市京橋區鎗屋町　良明堂
同市同區龍岡町　南江堂支店
同市芝區愛宕町　明文館
京都市寺町二條南入　若林茂一郎
東京京橋元數寄屋町　北隆館
同市神田區表神保町　東京堂
同市本鄉區本富士町　盛春堂
名古屋市榮町六丁目　丸善書店

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

婦人衞生雜誌第三百六十號　大正十年八月二十日發行

CAROPIS

カルピス

乞御推奨

カルピスは榎本醫學士の創製にかゝる魚肉蛋白營養劑にして、消化吸收され易き形態に於ける魚肉蛋白の外、有機性燐酸鹽、殊にカルチウム鹽の多量を含有す、輕き肉臭ある、帶藏黄色の粉末にして、服用し易し、肺結核及同素質者並に神經衰弱、貧血、胃腸弱等の患者、虚弱者の滋養強壯食料として價値あるは勿論、一般に流動食攝取の患者に、蛋白質を供給する場合に好適すと稱せらる。

醫學士　普浪重太郎氏の肺結核患者に就て、カロピスに對する、嗜好、食慾の進退、體重の增減等を觀察されたる十數例の實驗によれば、何れも佳良なる成績を示したり。【文獻集附呈】

用量　一日十乃至十五瓦を普通とす
包裝　半磅入　壹磅入の二種あり

三共株式會社

本社　東京日本橋室町
出張所　大阪淡路町・臺北府後街